

МБОУ «Мазанская школа»

Утверждаю \_\_\_\_\_ И.Ю. Мусинова

Дата: \_\_\_\_\_

День 7

### Ежедневное меню

#### Возрастная категория: 1-4 классы

| Прием пищи                   | Наименование блюда                  | Выход блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|------------------------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                              |                                     |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| Завтрак                      | Овощи натуральные по сезону         | 60          | 0,66             | 0,12         | 2,28          | 13,20                   |
|                              | Оладьи из печени с соусом сметанным | 100         | 10,04            | 13,27        | 31,87         | 196,04                  |
|                              | Картофельное пюре                   | 150         | 3,25             | 2,88         | 28,99         | 189,56                  |
|                              | Хлеб пшеничный                      | 20          | 1,52             | 0,16         | 9,84          | 47,00                   |
|                              | Хлеб ржаной                         | 40          | 1,32             | 0,24         | 6,68          | 34,80                   |
|                              | Сок фруктовый                       | 180         | 0,90             | 0,18         | 18,18         | 82,80                   |
|                              | <b>Итого завтрак:</b>               | <b>550</b>  | <b>17,69</b>     | <b>16,85</b> | <b>97,84</b>  | <b>563,4</b>            |
| <b>Стоимость: 85,55 руб.</b> |                                     |             |                  |              |               |                         |
| Обед                         | Суп молочный с макар.изделиями      | 250         | 5,47             | 0,31         | 17,95         | 150,00                  |
|                              | Плов из птицы                       | 200         | 16,94            | 10,46        | 25,73         | 305,33                  |
|                              | Хлеб пшеничный                      | 45          | 3,42             | 0,36         | 22,11         | 105,75                  |
|                              | Хлеб ржаной                         | 25          | 1,65             | 3,00         | 8,35          | 43,50                   |
|                              | Кисель из яблок                     | 200         | 0,12             | 0,13         | 27,88         | 132,44                  |
|                              | Кондитерское изделие (печенье)      | 30          | 1,50             | 2,94         | 22,32         | 124,20                  |
|                              | <b>Итого обед:</b>                  | <b>750</b>  | <b>29,10</b>     | <b>17,20</b> | <b>124,33</b> | <b>861,22</b>           |
| <b>Стоимость 100,00 руб.</b> |                                     |             |                  |              |               |                         |

#### Возрастная категория: 5-11 классы

| Прием пищи                   | Наименование блюда                  | Выход блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|------------------------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                              |                                     |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |
| Завтрак                      | Овощи натуральные по сезону         | 100         | 0,70             | 0,10         | 1,90          | 11,00                   |
|                              | Оладьи из печени с соусом сметанным | 100         | 10,04            | 13,27        | 31,87         | 196,04                  |
|                              | Картофельное пюре                   | 180         | 3,90             | 3,46         | 34,79         | 227,47                  |
|                              | Хлеб пшеничный                      | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,65         | 94,00                   |
|                              | Хлеб ржаной                         | 40          | 2,64             | 4,80         | 13,36         | 69,60                   |
|                              | Сок фруктовый                       | 180         | 0,90             | 0,18         | 18,18         | 82,80                   |
|                              | <b>Итого завтрак:</b>               | <b>640</b>  | <b>21,22</b>     | <b>22,13</b> | <b>119,75</b> | <b>680,75</b>           |
| <b>Стоимость: 90,00 руб.</b> |                                     |             |                  |              |               |                         |
| Обед                         | Суп молочный с макар.изделиями      | 250         | 5,47             | 0,31         | 17,95         | 150,00                  |
|                              | Плов из птицы                       | 250         | 21,18            | 13,08        | 32,16         | 381,66                  |
|                              | Хлеб пшеничный                      | 60          | 4,56             | 0,48         | 29,48         | 141,00                  |
|                              | Хлеб ржаной                         | 40          | 2,64             | 4,8          | 13,36         | 69,60                   |
|                              | Кисель из яблок                     | 200         | 0,12             | 0,13         | 27,88         | 132,44                  |
|                              | Кондитерское изделие (печенье)      | 45          | 2,25             | 4,41         | 33,48         | 186,3                   |
|                              | <b>Итого обед:</b>                  | <b>845</b>  | <b>36,22</b>     | <b>23,21</b> | <b>154,31</b> | <b>1061,01</b>          |
| <b>Стоимость 100,00 руб.</b> |                                     |             |                  |              |               |                         |

Ответственный по питанию: \_\_\_\_\_

Медицинский работник: \_\_\_\_\_

Заведующий производством: \_\_\_\_\_